

**HUBUNGAN ANTARA PENGETAHUAN TENTANG ANEMIA DAN
KEBIASAAN MAKAN TERHADAP KADAR HEMOGLOBIN PADA REMAJA PUTRI
DI ASRAMA SMA MTA SURAKARTA**



Skripsi ini Disusun untuk memenuhi Salah Satu Syarat
Memperoleh Ijazah S1 Gizi

Disusun Oleh :

YULINAR IKHMAWATI

J310 080 018

**PROGRAM STUDI S1 GIZI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
2013**

PROGRAM STUDI GIZI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
SKRIPSI

ABSTRAK

YULINAR IKHMAWATI. J. 310. 080. 018

HUBUNGAN ANTARA PENGETAHUAN TENTANG ANEMIA DAN KEBIASAAN MAKAN TERHADAP KADAR HEMOGLOBIN PADA REMAJA PUTRI DI ASRAMA SMA MTA SURAKARTA

Latar Belakang : Anemia dapat disebabkan karena kekurangan zat gizi yang berperan dalam pembentukan hemoglobin. Salah satu penyebab terjadinya anemia adalah asupan yang tidak mencukupi. Asupan zat gizi sangat tergantung pada kebiasaan makan yang dilakukan. Salah satu faktor yang mempengaruhi kebiasaan makan remaja adalah pengetahuan yang dimiliki.

Tujuan : Mengetahui hubungan antara pengetahuan tentang anemia dan kebiasaan makan terhadap kadar hemoglobin pada remaja putri di Asrama SMA MTA Surakarta.

Metode Penelitian : Jenis penelitian bersifat *observasional* dengan pendekatan *crossectional*. Jumlah sampel penelitian 75 remaja putri yang sesuai dengan kriteria inklusi. Data pengetahuan tentang anemia dan kebiasaan makan diperoleh melalui wawancara dengan menggunakan kuesioner. Data kadar hemoglobin diperoleh melalui metode *Cyanmethemoglobin*. Uji statistik yang digunakan adalah uji *Pearson Product Moment* dan *Rank-Spearman*.

Hasil : Hasil penelitian menunjukkan 76% pengetahuan tentang anemia remaja putri tergolong kurang baik. Data kebiasaan makan 52% frekuensi makan remaja putri tergolong baik, sedangkan 73,3% remaja putri mengonsumsi jenis makanan kurang baik. Data pemeriksaan kadar Hb 56% kadar Hb remaja putri tergolong tidak normal. Hasil uji hubungan antara pengetahuan tentang anemia terhadap kadar Hb nilai $p = 0,233$. Hasil uji hubungan antara frekuensi makan terhadap kadar Hb nilai $p = 0,502$. Hasil uji hubungan antara jenis makanan terhadap kadar Hb nilai $p = 0,048$.

Kesimpulan : Tidak ada hubungan antara pengetahuan tentang anemia dan frekuensi makan terhadap kadar hemoglobin. Ada hubungan antara jenis makanan terhadap kadar hemoglobin.

Kata Kunci : Pengetahuan, kebiasaan makan, hemoglobin
Kepustakaan : 52 : 1989 – 2012

NUTRITIONAL PROGRAM STUDY
HEALTH SCIENCE FACULTY
MUHAMMADIYAH UNIVERSITY OF SURAKARTA
MINITHESIS

ABSTRACT

YULINAR IKHMAWATI. J. 310. 080. 018

**RELATIONSHIP BETWEEN ANEMIA'S KNOWLEDGE AND EATING HABITS ON
HEMOGLOBIN LEVELS TO ADOLESCENT WOMEN IN BOARDING HIGH SCHOOL MTA
SURAKARTA**

Background: Anemia can be caused by lack of nutrients that play in role of the hemoglobin's formation. One of the Anemia causes was inadequate intake. Nutrient intake depends on the eating habits. One of the factors that influence of adolescent's eating habits is their knowledge.

Purpose: The aims of this study was to know the relationship between anemia's knowledge and eating habits on the levels of hemoglobin in adolescent women in boarding high school MTA Surakarta.

Method: The method of this study was an observational study with crossectional approach. The total sample of the study was 75 adolescent women who fit to the inclusion criteria. The data of anemia's knowledge and eating habits obtained through the interviews that used the questionnaire. Hemoglobin data obtained through Cyanmethemoglobin methods. The statistical test used was the Person Product Moment test and Rank Spearman.

Results: The results showed 76% of the anemia's knowledge from adolescent women was classified as unfavorable. The data of eating habits was showed 52% eat frequency of adolescent women classified as good, while 73.3% of adolescent women consumed less of good foods. The data Hb collation 62,7% adolescent women classified as up normal. The results of the test on the relationship between anemia's knowledge on hemoglobin, value $p = 0.233$. The results of the relationship between eating frequencies of Hb $p = 0.502$. The results of the relationship between the type of food Hb value $p = 0.048$.

Conclusion: There is no relationship between knowledge of anemia and eating frequencies on the hemoglobin levels. There is a relationship between the types of food on hemoglobin levels.

Key words: Knowledge, eating habits, hemoglobin

References : 52: 1989 – 2012

**HUBUNGAN ANTARA PENGETAHUAN TENTANG ANEMIA DAN
KEBIASAAN MAKAN TERHADAP KADAR HEMOGLOBIN
PADA REMAJA PUTRI DI ASRAMA SMA MTA SURAKARTA**



J310 080 018

**PROGRAM STUDI S1 GIZI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

2013

PERNYATAAN KEASLIAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini adalah hasil pekerjaan saya sendiri dan di dalamnya tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi dan lembaga pendidikan lainnya. Pengetahuan yang diperoleh dari hasil penerbitan maupun yang belum atau tidak diterbitkan sumbernya dijelaskan di dalam tulisan dan daftar pustaka.

Surakarta, Maret 2013



YULINAR IKHMAWATI

HALAMAN PERSETUJUAN

Judul Penelitian : Hubungan antara Pengetahuan Tentang Anemia dan Kebiasaan Makan terhadap Kadar Hemoglobin pada Remaja Putri di Asrama SMA MTA Surakarta

Nama Mahasiswa : Yulinar Ikhmawati

Nomor Induk Mahasiswa : J 310 080 018


Telah diuji dan dinilai Tim Penguji Skripsi Program Studi Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta Pada Tanggal 5 Maret 2013 dan telah diperbaiki sesuai dengan masukan Tim Penguji

Surakarta, 5 Maret 2013


Menyetujui

Pembimbing I

Pembimbing II


Dwi Sarbini, SST., M.Kes

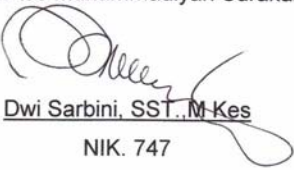
NIK. 747


Susi Dyah P., M.Si.

NIP. 197 40517 200501 2007

Mengetahui,

Ketua Program Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Surakarta


Dwi Sarbini, SST., M.Kes

NIK. 747

HALAMAN PENGESAHAN

Judul Penelitian : Hubungan antara Pengetahuan Tentang Anemia dan Kebiasaan Makan terhadap Kadar Hemoglobin pada Remaja Putri di Asrama SMA MTA Surakarta

Nama Mahasiswa : Yulinar Ikhmawati

Nomor Induk Mahasiswa : J 310 080 018

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi
Program Studi Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan
pada tanggal 5 Maret 2013
dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk diterima

Surakarta, 5 Maret 2013

Penguji I : Dwi Sarbini, SST., M kes

Penguji II : Muwakhidah, SKM., M Kes. Epid

Penguji III : Farida Nur Isnaeni, S.gz, Dietisien

(.....)
(.....)
(.....)

Mengetahui,

Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Surakarta

Dekan

Arif Widodo, A. Kep. M.Kes

NIK. 630



MOTTO

Sesuatu mungkin mendatangi mereka yang mau menunggu, namun hanya didapatkan oleh mereka yang bersemangat mengejarnya.

(Abraham Lincoln)

Sesungguhnya setelah ada kemudahan, maka apabila kamu telah selesai (dari suatu urusan), kerjakanlah dengan sungguh-sungguh (urusan) yang lain dan hanya kepada Tuhanmulah hendaknya kamu menggantungkan harapan.

(Qs. Alam Nasyroh : 6-8)

PERSEMBAHAN

Syukur Alhamdulillah kepada Allah SWT, Rasul dan para Nabi Nya atas segala limpahan rahmat dan hidayah Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Karya sederhana ini penulis persembahkan untuk :

Bapak dan ibu tercinta, sebagai ungkapan rasa hormat serta rasa terima kasih atas do'a, nasehat, motivasi, dukungan, kasih sayang dan semua yang telah dikorbankan.

Kakak dan adikku tercinta serta keluarga besarku terima kasih atas dukungan, doa dan motivasi dan tetap memberiku semangat untuk maju.

The prematurs team (yuni, mbak faiz dan mbak eva), mereka teman seperjuangan yang mengajarkan indahnya kebersamaan, motivasi dan semangat berjuang.

Semua sahabat-sahabat terbaikku di Kampus dan dikos Wisma Nur 2 kamar atas mereka semua adalah pengisi cerita hidupku selama hampir lima tahun ini,terima kasih atas semangat kebersamaan dan tawa bahagia selama ini.

Teman-teman S1 Gizi angkatan 2008, terima kasih atas bantuan, motivasi, dan kebersamaannya.

Almamater ku Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Semua pihak yang telah memberikan bantuan dan kerjasamanya.

RIWAYAT HIDUP

Nama : Yulinar Ikhmawati

Tempat/Tanggal Lahir : Sukoharjo, 16 Juli 1990

Jenis Kelamin : Perempuan

Agama : Islam

Alamat : Sukoharjo III RT 01 RW 01 Kecamatan Sukoharjo
Kabupaten Pringsewu

Riwayat Pendidikan : 1. Lulus TK Dharma Wanita tahun 1996
2. Lulus SD Negeri II Sukoharjo tahun 2002
3. Lulus SLTP Negeri I Sukoharjo tahun 2005
4. Lulus SMA Negeri II Pringsewu tahun 2008
5. Mahasiswa Gizi S1 Universitas Muhammadiyah Surakarta tahun 2008

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Segala puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah memberikan dan melimpahkan segala karunia, nikmat dan hidayah Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul " Hubungan antara Pengetahuan tentang Anemia dan Kebiasaan Makan terhadap Kadar Hemoglobin pada Remaja putri Di Asrama SMA MTA Surakarta", sebagai salah satu syarat untuk mencapai gelar Strata 1 di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Selesainya skripsi ini tidak lepas dari bantuan dan dorongan berbagai pihak, sehingga penulis ingin menyampaikan terima kasih kepada :

1. Bapak Arif Widodo, A.Kep, M.Kes, selaku dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.
2. Ibu Dwi Sarbini, SST, M.Kes, selaku pembimbing I yang telah memberikan bimbingan, nasehat serta meluangkan waktu dan berbagai arahan kepada penulis selama penyusunan skripsi ini.
3. Ibu Susi Dyah Puspawati, M.Si, selaku pembimbing II yang telah memberikan bimbingan, nasehat serta meluangkan waktu dan berbagai arahan kepada penulis selama penyusunan skripsi ini.
4. Ibu Muwahhidah, SKM, M.Kes.Epid, selaku penguji yang telah memberikan kritik dan saran untuk perbaikan skripsi ini.
5. Ibu Farida Nur Isnaeni, S.Gz, Dietisien, selaku penguji yang telah memberikan kritik dan saran untuk perbaikan skripsi ini.
6. Segenap Dosen Program Studi S1 Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta atas ilmu yang telah diberikan.
7. SMA MTA Surakarta yang telah memberikan ijin penelitian.
8. Asrama SMA MTA Surakarta yang telah memberikan ijin penelitian.
9. Semua subjek penelitian terima kasih atas kerjasama dan bantuan yang telah diberikan selama pelaksanaan penelitian.

10. Bapak, ibu dan seluruh keluarga besarku yang telah memberikan segala dukungan, do'a, motivasi, semangat dan kasih sayang kepada penulis.
11. Semua sahabatku yang telah memberikan semangat dalam menyelesaikan skripsi ini.
12. Semua teman-teman S1 Gizi Angkatan 2008, atas motivasi, kerjasama dan kebersamaannya.
13. Semua pihak yang terlibat dan telah membantu penulis selama penelitian dan penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna, saran dan kritik yang membangun sangat penulis harapkan. Akhirnya penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak yang memerlukan dan bagi pembaca.
Wassalamu'alaikum Wr. Wb

Surakarta, Maret 2013

Penulis

Yulinar Ikhmawati

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL.....	i
ABSTRAK	ii
ABSTRACT	iii
HALAMAN JUDUL	iv
PERNYATAAN KEASLIAN	v
HALAMAN PERSETUJUAN	vi
HALAMAN PENGESAHAN.....	vii
MOTTO	viii
PERSEMBAHAN	ix
RIWAYAT HIDUP	x
KATA PENGANTAR	xi
DAFTAR ISI	xiii
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR GAMBAR	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian	4
E. Ruang Lingkup	5

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

A. Tinjauan Teoritis	
1. Remaja Putri	6
a. Karakteristik Remaja Putri	6
b. Kebutuhan Gizi Bagi Remaja	7
2. Kadar Hemoglobin	8
a. Pengertian Kadar Hemoglobin	8
b. Zat Besi	10
3. Faktor Penyebab Kadar Hemoglobin pada Remaja	13
a. Faktor Langsung.....	13
b. Faktor Tidak Langsung.....	18
4. Pengetahuan.....	19

a. Pengertian Pengetahuan.....	19
b. Pengukuran Pengetahuan.....	20
5. Kebiasaan Makan	21
a. Pengertian Kebiasaan makan	21
b. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kebiasaan Makan.....	22
B. Kerangka Teori	24
C. Kerangka Konsep	24
D. Hipotesis	25

BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Rancangan Penelitian	26
B. Subjek Penelitian	26
C. Lokasi dan Waktu Penelitian	26
D. Populasi dan Sampel Penelitian	27
E. Variabel Penelitian	29
F. Definisi Operasional	30
G. Teknik Pengambilan Data	31
H. Langkah-langkah Penelitian	33
I. Jalannya Penelitian	35
J. Pengolahan Data	36
K. Analisis Data	38

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Asrama SMA MTA Surakarta	40
B. Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Umur	41
C. Distribusi Responden Menurut Pengetahuan tentang Anemia	42
D. Distribusi Responden Menurut Kebiasaan Makan	44
E. Distribusi Responden Menurut Kadar Hemoglobin	47
F. Hubungan Antara Pengetahuan tentang Anemia terhadap Kadar Hb	49
G. Hubungan Kebiasaan Makan terhadap Kadar Hb	51
H. Keterbatasan Penelitian	56

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	57
B. Saran	57

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN